

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ № 72
Смирнова У.В./

МЕНЮ

1 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг
				Белки,г	Жиры,г	Угле воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5			5,8	23	0
Итого:			370	7	10,2	33,7	239	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК	150					0
Итого:			150					0
Обед								
	TKN№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	10	4
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	6,3	8,1	107	4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,2	12,1	2,2	154	0,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,5	97	0
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
	TKN№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	7,7	39	0
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	4,3	17	0
Итого:			575	19,8	22	63,8	533	9
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	3,5	28,6	161	0
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	236	ЖАРКОЕ ПО -ДОМАШНЕМУ	120	14	13,2	13,5	144	6,9
	TKN№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		20,8	85	0
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого:			375	19,8	16,8	70,3	427	8,5
Всего:				46,6	49	167,8	1199	17,9

Повар

Зау

Загрудинова Ф.З.